

7岁男孩跑步一年,火了

跑着跑着长高了、长帅了,也更乐观自信了



7月26日晚,曹习瑞在夜跑。曹习瑞爸爸供图

□记者 曹晓雨

本报讯 叶县一名7岁男孩坚持跑步一年,身材由胖变瘦,跑步姿态逐渐轻盈,表情变得神采飞扬,爸爸在一旁陪伴、监督并用视频记录。近日,此事被人民日报、央视新闻的微信公众平台转载,获10万+阅读量。

男孩名叫曹习瑞,今年7岁,家住叶县昆阳镇。去年暑假,曹习瑞向爸爸提议吃米线,小吃店距家3公里,曹爸爸突发奇想,与儿

子商量着跑步前去。“孩子跑完3公里很有成就感,我就萌生了带他一块跑步的想法。”曹爸爸说。

起初,曹习瑞体重基数大,跑步姿势不正确,跑起来很吃力,没坚持多久就想放弃。曹爸爸软硬兼施,或以美食诱惑,或用比赛的方式激励,促使孩子一次又一次跑到终点。

从去年暑假至今,无论严寒酷暑,无论阴晴雨雪,在昆阳镇一条新修公路的人行道上,每天都能看到父子俩跑步的身影。曹爸爸

本是一名跑步爱好者,有多年的跑龄,能及时纠正孩子错误的跑步姿势,帮助练习呼吸节奏。

日复一日,曹习瑞从开始的“讨价还价”,到40分钟跑完3公里,再到现在的15分钟就能跑完3公里。“跑步途中,我们还沿途捡拾垃圾,对孩子很有教育意义。”曹爸爸说。

如今,小习瑞不仅告别了原来胖嘟嘟的“小肚腩”,也更乐观自信。“让孩子身体变得健康是我的初衷,而且陪伴也是最好的教育。”

曹爸爸说。

小习瑞跑步的事被多家媒体报道后,网友反响热烈,评论区不断有人点赞:“孩子,未来你一定会感谢现在的自己。”“男孩儿,不娇惯,锻炼意志。”“跑着跑着长高了、长帅了。不光是身体的变化,而且意志的锻炼、习惯的养成,终将成为一生的财富。”“少年强则国强,你是祖国的未来!”

7月26日中午,曹爸爸带着习瑞来到米线店大快朵颐,作为坚持跑步的一点小奖励。

戏剧名家 “把脉”《情满幸福院》

□记者 王春生

本报讯 7月26日,在位于郟县的海宣池曲剧中心,河南省戏剧家协会主席李树建等多位戏剧名家在观看了现代曲剧《情满幸福院》后,纷纷为该剧“把脉”,提出中肯建议。

《情满幸福院》由市慈善总会主导编排、河南省海宣池曲剧团承演,讲述了农民程大憨遭遇的悲喜故事。程大憨年轻时为救落水儿童,亲生女儿被拐,寻找女儿20多年的漫长岁月里,他在慈善协会的引领下,践行慈善、传播大爱,关注弱势群体,创建幸福院,最后在他救护的老人唐秋菊的帮助下,通过幸福院这个慈善桥,迎来女儿回归。

“这部戏的现场演出效果很好,故事情节非常感人,唱腔优美,演员的表演很到位,可以说是思想性、艺术性、观赏性俱佳。”谈及观看此剧的感受,李树建表示,这是一台正能量的剧目,能让更多人感受到党的政策温暖和社会各界人士的关爱,剧情对老龄化社会面对的问题,也诠释得淋漓尽致。同时,他中肯地指出,该剧人物心理描述还要加强,个别词句也需要推敲。

河南省海宣池曲剧团团长周少军表示,下一步将根据专家们的建议,仔细打磨剧目,打造精品。

东润启航奖学金 发放60万元 郟县800学子受助

□记者 孙书贤 张鸿雨

本报讯 7月25日,东润启航奖学金发放仪式在郟县新城小学举行。东润公益基金会筹措善款60万元,资助贫困学生800人,其中,中学生400人,每人1000元;小学生400人,每人500元。

东润启航奖学金项目由东润公益基金会实施,该基金会以弘扬公益精神和助力科学人才培养为己任,近年来多次到郟县开展爱心救助活动。

“感谢东润公益基金会的帮助。这笔奖学金不仅解决了我的生活费问题,也激励我努力学习、早日成才,为建设祖国做贡献。”新城中学八(2)班学生雷嘉琪在领取1000元奖学金后,感激地说。

体彩大乐透开出3注1000万元一等奖

7月25日,体彩超级大乐透第22084期前区开出号码“03、11、19、25、27”,后区开出号码“04、12”。当期全国销量为2.73亿元,为国家筹集彩票公益金9862万元。

当期全国共开出3注基本投注一等奖,单注奖金1000万元,分落浙江金华、安徽合肥和山东临沂。

由于未采用追加投注,当期的3名幸运购彩者,在单注一等奖方面均少拿了

800万元的追加投注奖金,从而齐齐与单注封顶的1800万元追加投注一等奖擦肩而过。

追加投注是大乐透独有的投注方式,在2元基本投注的基础上,多花1元进行追加投注,可多得80%的浮动奖金。

二等奖开出89注,每注奖金13.97万余元;其中43注采用追加投注,每注多得奖金11.17万余元。追加后,二

等奖单注总奖金25.15万余元。

三等奖开出375注,单注奖金1万元。四等奖开出589注,单注奖金3000元。五等奖开出13988注,单注奖金300元。六等奖开出14918注,单注奖金200元。七等奖开出48577注,单注奖金100元。八等奖开出547874注,单注奖金15元。

九等奖开出6017720注,单注奖金5元。

奖池方面,当期开奖结束后,7.25亿元滚存至7月27日(周三)开奖的第22085期。(体彩)

中国体育彩票 客服、监督电话: 95086

严禁擅自利用网站、O2O、APP等互联网技术销售彩票

公益体彩 乐善人生

第3420期

分类广告

广告热线: 13183330295 4930165
地址: 市区建设路西段268号(鹰城广场对面)

友情提示: 使用本栏目信息请核对双方有效证件, 投资汇款请谨慎。本栏目信息不作为承担法律责任的依据。

助听器

● 耳聋请配助听器 13087062226

回收维修名表

● 名表免费换电子 18637539586

搬家服务

● 喜庆搬家公司 13803750375

特色美食

● 鹰城名吃——四不腻猪蹄 3413983

老年公寓

● 康乐居老年公寓 13937585159
● 幸福苑老年公寓 15139505887
● 晚晴老年公寓 15516017081

殡葬服务

龙山公墓

龙门大道 电话: 2078631

回收老酒礼品

● 回收银元黄金 13137762626